

Nyní obalíme kokos trochou mouky. Vyválejte to trochu do koule a pak obalte dokola kokosu. Nechte kokos trochu z toho trčet. Úplně kokosové tyčinky nezakrývejte. Jen to takto hrubě dokola obalte, nemusí to vypadat uhlazeně. Udělejte tenkou slupku kolem kokosových tyčinek, bude to vypadat takto. Tak to vypadá. Oukej, dáme trochu olivového oleje na pánev. Mělo by být dost na zakrytí poloviny veganských žebírek nebo jak jsme to nazvali Kokosového potěšení. Je-li někdo novým vegetariánem, můžete to nazývat Veganskými žebírky. Pokud se již někdo vyzná a není připoután k obvyklé chuti masa, můžete jim říct, toto je Kokosové potěšení. Flexibilně, dokud se lidé nestanou vegetariány. Použijeme střední teplotu nebo trochu přes střední. To záleží na vaší kuchyňské plotně, ale ne příliš vařící spíš vyhřátým způsobem, ano? Když bude třeba, můžeme vždy zvýšit teplotu. Nyní tam vložíme naše Kokosové potěšení jedno po druhém a usmažíme. Smažíme to, dokud to není z obou stran dozlatova. Otáčejte to, dokud to není po obou stranách zlaté. Tohle jsou dlouhé čínské

tyčinky na vaření, pokud máte obavy z rozlití oleje. Můžete si také vařečkou stlačit kokosové potěšení trochu dolů, abyste to během trochu dolů, abyste to během smažení srovnali. Jednoduše to trochu stlačte dolů. Poté, co to vložíte do pánve to takto stlačte. Velmi dobré. Dobře. Zkontrolujte, je-li to už hnědé i na druhé straně. Ještě ne. Tohle vařte velmi jemně a beze spěchu. Tento kousek je již z jedné strany zlatý, přetočíme ho na druhou stranu. Nádherně dozlatova. Dobré, dobré. Až to přetočíte, také to trochu stlačte dolů, aby to bylo trochu plošší. Vypadá to nádherně dozlatova. Vždy můžete i později přidat teplotu na vyšší, ale jen dělejte pomalu s teplotou, aby nám to za prvé neprskalo, za druhé, aby se vám to rovnoměrně a křupavě prosmažilo, aby to nebylo hnědé a spálené z vnějšku a vevnitř stále měkké. Vidíte, takto zlatohnědě by to mělo vypadat. Pak to můžete přenést do tohoto hrnce. Budu to vařit s omáčkou. Vidíte, dáme to na tuto pánev. Když to zkusíte s vařečkou, mělo by to jít, takto, velmi křehce. Můžete to cítit, velmi křehké. Páni, přece jen to vypadá nádherně. Můžete to už takto jíst,

myslím, že dokonce i bez omáčky nebo bez dalšího vaření. Položte si hrnec, který je připravený na vaření s omáčkou. Vidíte, existují dva způsoby vaření. Buď to nechte takto křupavé a dejte na talíř a pak uvařte omáčku a polijte shora, nebo to můžete vařit společně v omáčce, pak budeme mít kokosové potěšení nasáklejší. Právě jsem nějakou zkusila. Už je to velmi, velmi dobré. Takže, pokud se nechcete obtěžovat s děláním omáčky, můžete to prostě servírovat takto s kečupem a hořčicí, kečup a žlutá hořčice, aby to bylo pěkné. Také pár kapek maggi, pak už to bude fantastické, oukej? Můžete to zkusit. Děláme omáčku ke kokosovému potěšení. Potřebujeme na to pár jablek, abychom udělali sladkou šťávu. Nasekejte velmi jemno. Máte-li jablkový džus, můžete dát jen jablkový džus, to je v pořádku. Pokud nemáte, pak nasekejte jemno jablka. Dohromady jablka, hrušky, grepy, to je dobré. Udělá to přírodní delikátní omáčku. Vezměte půlku malého jablka, to je dost dobré. Nasekejte jemně, jemně, jemně, velmi jemně nebo

pyré. Ale jak jsem vám říkala, vařím úsporně. Nerada používám příliš mnoho věcí, které bych pak musela umývat, tak to jen velmi jemně nasekám. Až se to chvíli povaří, bude to dokonce jemnější. Pomeranč a jahody jemně nasekejte. Velmi, velmi jemně. Půl jablka, čtyři velké jahody a šťávu z jednoho pomeranče. Prostě použijeme šťávu z pomeranče. Pokud nemáte jahody, to je v pořádku. Použijte třeba jablko, hrušku, pomeranč, to je dobré, nebo jen grepy. Na základ omáčky použijeme šťávu z džusu. Nyní dáme do pánve trochu oleje. Zapněte plotnu. Vymačkáme šťávu z pomeranče do mísy, všechnu šťávu, všechno šťavnaté. Přírodní pomeranče mohou být velmi šťavnaté, to je dobré, dobré, dobré. Speciálně, pokud je máte z vlastní zahrady, pak je energie velmi, velmi shodná s vaší. Je to dokonce zdravější. Nebo kupte pomeranče nebo ovoce a zeleninu v blízkém sousedství, asi tak řekněme v padesátikilometrovém okruhu. Bude to velice prospěšné vašemu zdraví. Pokud budete jíst jen ty druhy přírodní zeleniny ze sousedství, nikdy nebudete nemocní nebo výjimečně. Dobrá,

Olej je už dobrý. Dáme do něj jahody a jablka. Dokonce nemusíte ani použít olej. Vařte to jen na vodě nebo na pomerančové šťávě. To by bylo taky dobré a taky na sirupové šťávě. Oukej, dobře to povařte. Velmi voňavé. Poskytne to vašemu kokosovému potěšení vynikající chuť. Můžete tam přilít pomerančovou šťávu. Bude to jako nebeská chuť. Všechny tyto krásné vonné ovocné šťávy, a šťávu, kterou získáme z ovoce, stejně povaříme. Dobré, dobré, dobré, dobré. Nyní špetku soli, vymačkáme ovocný sirup, to je vše. Dnes je vše o sladkém. Pokud nemáte dost jahod nebo nemáte jahody, máte přírodní bio jahodový džem. Také jsem tam trochu přidala. Dejte tam trošku kvůli smělejší a silnější chuti. To bude dobré. Och, Bože, to je nádhera. Nezapomeňte trochu sójové omáčky nebo Maggi. Počítejte do deseti, to bude dost. A pak černý pepř, ne mletý, ale pěkně najemno drcený ale ne jemný prášek. Dobré. Zkusím to. Můžete dát zeleninový bujón nebo cokoli, pokud chcete. Velmi dobré. Stejně do toho můžete

nakrájet pár větších hub. Není to nezbytné, ale takto bude omáčka pro vaše přátelé, hosty a kohokoli, koho chcete obrátit na vegetariánství, velmi bohatá a bude opravdu delikátní. Nyní to necháme na chvíli zvolna povařit. Tohle je místo všech zeleninových bujónů, které nemáte, a taky si to takto můžete uvařit čerstvé sami. Skvělé, skvělé. Dále mám mletý koriandr, kterého tam chci také trochu přidat, trochu koriandru. Nyní nalijeme omáčku do hrnce, do kterého jsme dali kokosové potěšení nebo veganská vepřová žebírka, vzpomínáte? Poliji to a nechám zvolna povařit, aby se to tam uvařilo. Spláchneme to troškou vody a podlijeme všude, tady to máte. Necháme to povařit. Zakryjeme celá veganská žebírka omáčkou. Pokud to chcete nasáklejší, můžete samozřejmě udělat více omáčky, víc než toto množství, které jsem vám ukázala. A jednu polévkovou lžici veganské ústřicové omáčky. Tady to máte. Pak budeme mít úplně všechno, co potřebujeme. Použijte lžici, a veganská vepřová žebírka ze shora polívejte trochou omáčky. Vzpomeňte si, že jsem vzala pryč šest veganských žebírek a dala je na talíř,

abych je servírovala s kečupem a hořčicí, uvidíme, kterým dáte přednost. Takže pokud chcete, tyhle zkuste přetočit, aby se všechna omáčka nasála do žebírek kokosového potěšení, dělejte to jemně, aby se nerozlomily. Můžete střídavě žebírka nebo kokosové potěšení dávat nahoru, aby všechny byly uvnitř hmoty dobře nasáklé omáčkou. Nyní to zde necháme jemně povařit. Mezitím, co to budete asi 10 minut vařit, můžete lžící polívat rovnoměrně omáčkou horní vrstvu kokosového potěšení. Nyní to přikryjeme a necháme zvolna převařit a já k tomu připravím přílohu. Na přípravu přílohy nakrájíme trochu cukety a povaříme ji, nebo ji posmažíme, záleží na tom, co máte rádi. Jen ji takto na čtvrtiny rozpůlíme, to je vše. Pánev je připravená, horká. Můžeme to vařit velmi rychle asi pár minut. Ano, to je dobré. Podívejte se na moje veganská žebírka, kokosové potěšení. Vidíte? Zdá se, že jsou velmi dobrá. Polijte shora kokos rovnoměrně, aby to bylo také rovnoměrně rozmístěno, až to dáte na talíř. Dobře, to je ono. Zkontroluji, jestli je omáčka dobrá. Je opravdu dobrá, velmi dobrá. Samozřejmě, jestli chcete,

můžete přidat více soli nebo sójové omáčky. Dobrá, necháme to tam zvolna povařit. Je to paráda. Dám tam filtrovanou vodu, aby se směs rychle uvařila. Stačí jen trochu vody. Můžete to vařit samozřejmě i ve větší pánvi. Jen použijte, co jsem už měla, tak, abych neměla moc umývání. Už to znáte, nejsem moc nadšená z mytí mnoha věcí a roztahání všeho po celé kuchyni. Jsem úsporná. Oukej, naše kokosové potěšení je už hotovo, tak vypnu sporák a nyní povařím tady tu cuketu. Můžeme tam přidat také nějaká cherry rajčata. Pak to znovu převaříme a je hotovo. Vidíte, pak to přikryjete a převaříte, to je vše. Vypněte sporák. Vše je již hotovo. Ponechejte to tam minutu nebo dvě, protože vše je velmi horké a vařící na elektrickém sporáku. Pokud to je na plynovém sporáku, dejte tomu ještě půl minuty nebo jednu minutu vaření a je to. Příliš tu zeleninu nevařte. Měla by být napolo surová, je to pro nás lepší. Pojd'te, dejte si večeři. Děkuji vám, Mistryně. Nyní si nejdříve připijeme. Na zdraví. Na zdraví, Mistryně. Jenom trochu jednoduchého koktejlu. Nyní to můžete nejdříve zkusit s rajčatovým

kečupem a hořčicí. Nebo chcete zkusit toto? Nejdříve zkusím ty horké. Horké nejdřív. Můžete si přidat, jestli chcete. Tady máte a trochu omáčky. Trochu rýže. Oukej, dobrou chuť. Pomodleme se před jídlem. Dobrou chuť! Můžete si přidat sójové omáčky. Je to dobré, Mistryně. Veganská žebírka? Říkají jim kokosové potěšení. Má to podobnou strukturu. Ano, vypadají jako vepřová žebírka. Prostě pro případ, že vám schází staré časy. Chcete přidat sójovou omáčku nebo něco? Můžete si přidat více. Je to tak dobré, Mistryně. Ano? Je to opravdu delikátní. Ano. Vypadají jako opravdová. Ano? (Ano.) Dobře si to pamatujete. To je dobré. To je dobré, tak vám nic nebude chybět. Skutečně to nikomu nebude scházet, jestli ochutnají tohle. Nikomu nic nebude scházet. Dokonce to chutná líp, zdravěji a všechno. Ano. Jste dnes můj host. Děkuji vám, Mistryně. Později si dáme salát, vidíte, avokádový salát? Obyčejně to jedí lidé před jídlem, ale my to můžeme jíst po jídle, kdo se stará. Ano. Za předpokladu, že máte přítele a vaříte tohle,

myslíte, že půjde ven
a bude jíst maso? Nebude.
Jsem si jistá,
že se dá na vegetariánství.
Udělejte to romantické.
Večeři se svíčkami.
Jen dejte dohromady nějaké
ovoce, ať to vypadá jako
koktejl.
Skutečně, je to jen
jemný nápoj.
Samozřejmě můžete mít
džus nebo cokoli dalšího
nebo bezalkoholové víno
nebo bezalkoholové
šampaňské. Ať to vypadá
svátečně, skutečně, není to
drahé ani složité na přípravu.
(Ano.)
Je to dobré.
Není to jen, jak vaříme, ale
i jak se prezentujeme.
Ano.
Dobrou chuť.
Nyní zkusíme tohle a řeknete
mi, jestli vám to chutná lépe
nebo ne.
Dejte si na to trochu kečupu
nebo hořčice
a křupejte.
To je také delikátní.
Který je lepší?
Asi dám přednost tomuto.
Ano. Je to víc k západní
chuti.
Ano.
Opravdu dobré. Ano.
Můžeme s tím najednou jíst
také něco z tohoto.
Jíme cokoli,
kdo se stará?
Ne před, ne po, jíme, kdy
to máme rádi.
Ano.
Dobré, ano?
Ano, velmi dobré.
Velmi jednoduché, ne? Ano.
Říkám vám, můžeme jíst
jednoduše a dobře.
Jíte takto doma?

Ne, tohle ne.
To je jen jednoduchý salát,
každý by ho mohl udělat,
správně?
A dejte ho také do takového
pohárku, ano?
Ne, takové ne.
Ne? Prostě ho dejte na talíř.
Je to tatáž směs, ale
jestli ji dáte do takového
pohárku, vypadá exotičtěji,
to je vše, vidíte?
Jen to vypadá zvláštněji.